

神奇的人體發光現象

【大紀元 1 月 29 日訊】螢火虫儿會發光，人體也會發光，而且是人人皆在發光。

1911 年，英國倫敦一位叫華爾德·基爾納的醫生，在用雙花青染料塗刷玻璃瓶時，意外發現環繞人體周圍寬 15 毫米左右的發光邊緣，這一發現當時并未引起世人的注意。

1939 年前蘇聯工程師基利安夫婦 (S.V.Kirlian) 將被攝物體置于一個由高頻高壓發生器產生高頻電場中，發現活的人體周圍會以一定的節奏發出彩色的光環和光點；而當一個人死亡一段時間后，光環即行消失。人體某些部位比其周圍地區發出光要強，而這些點正好與中國古代經絡理論中的 741 個針灸穴位相吻合。基利安夫婦的發現在世界上引起轟動。

八十年代后，世界各地都對人體輝光進行深入研究。日、美等國利用紅外線技術，在不存在可見光條件的黑夜里，讓人體輝光清晰地感光在「照片」上。日本通過對人體生物光監控，可把握人體新陳代謝，并測定人體生理狀況，用于醫學。

每個人都有輝光，但不一樣。一般人發的輝光只有 20 毫米左右，在正常環境與條件下不易被人眼睛看到。但是練功者，特別是練功有素的人，所發輝光很強，達到一定功力時輝光在黑暗處可顯現為可見光，一般人用眼睛可以看到。

許多練功的人，特別是一些練功有素的气功師進入气功態時，常從百會、勞宮、印堂等多處穴位發出一般常人看不見的光，甚至在頭頂出現一些光環、光柱，身體周圍也可以出現一些光環等，功力越高，發出的光環越亮。

奇妙的世界到處充滿著神奇的謎題，同樣我們人體也是一片未被開發的科學處女地。然而人體特异功能、中醫經絡學說僅僅蘊育著人體科學最最根本的道理而已。

(新生网) 1/29/2002 7:56:09 AM

人體也能發光：

螢火蟲兒會發光，人體也會發光？這不是什麼特異功能，而是人人皆在發光。人體體表每時每刻都在發光，但這種光十分微弱了，只發光不發熱，顧名“冷光”，是人眼看不見的。

冷光是生命活動的重要資訊。不同體格有著不同的發光強度，身體強壯之人，發光強度較強，有病之人，發光強度則弱；體力勞動者或喜歡運動之人，其發光強度較強；腦力勞動者，則發光較弱；青壯年人發光強度比較強，老年人發光強度便弱，青壯年人發光強度比老年人強一倍，老年人與少年人發光強度則差不多。

人體體表微弱的發光，有一定規律可尋。就同一個人而言，一般手指尖的發光最強，手指尖所發的光比手虎口強，而虎口的光比手心強，而手心的光又比手背強。人體上肢的發光比下膠強等等。但固定的部位，發光強度始終維持在同一水準。

人體的冷光與人的生理狀態和體內器官有著內在的聯繫。如人疲勞時發光就弱，人休息充分精力充沛時發光就強，如注射或服用一些高能量的藥物，人體體表冷光就會明顯升高，說明了人體冷光與生命活動中的能量代謝有密切的關係。

經過深入研究，模擬劃分探索人體內部器官，神經系統，經絡血脈等方面的視窗。基於上述，就可利用人體冷光研究診病的問題。健康的人體表左右兩側相應部位的冷光強度是對稱的，處於平衡狀態，而一旦生病，便會出現一個與疾病有關的，特有的發光不對點（或叫病理發光資訊點）所以，只要檢查人體表各個發光資訊點的發光是否對稱，就可診斷有病與否，再

據這個發光不對稱資訊點出現的部位，就可診斷得的是什麼病了。如腎炎病的發光不對稱點出現在湧泉穴部位；肝炎患者的發光不對稱點出現在足趾的大敦穴上。而且病情愈重，病理發光資訊點上發光不對稱現象則愈明顯。

人體是有機物體，其生存需不斷從外界攝取能量，以維持體溫和生理功能。由於正常情況下人體溫度高於周圍環境，人體能量密度也高於周圍環境，使人體能量被迫向周圍環境“散失”而形成人體另一種“輝光”。

人體所發的輝光屬於物光，類似“冷光”，不產生熱量，但對人體生命存在具有重大作用，一般人不能掌握人體輝光，並加以利用，只是被動享受輝光的“恩惠”。每個人所發的輝光均不一樣。一般人發的輝光只有 20 毫米左右，在正常環境與條件下不易被人眼睛看到。但是練氣功者，特別是練功有素的人，所發輝光很強，達到一定功力時輝光在黑暗處可顯現為可見光，一般人用眼睛可以看到。仔細觀察練功有素者，也可以發現他們的輝光，如瀝青路面被太陽曬熱的“燃燒”空氣。

八十年代後，世界各地都對人體輝光進行深入研究。如利用紅外線技術，可讓人體輝光清晰地感光在“照片”上。通過對人體生物光監控，可把握人體新陳代謝而測定人體生理狀況，用於醫學。通過對人體輝光的研究，發現人體輝光最強點與我國古代針灸圖上所標出的穴位相符，從而證明我國古代很早就對人體穴位的認識並加以應用。

大家知道光是直線行進的，自己不能轉彎，但是光纖卻能引導光線曲折行進。一根光纖，不論它如何彎曲，光線從它的一端進入，就會沿著光纖彎彎曲曲，從另一端出來。**經絡學說**

中的穴位、經絡系統可以比擬人體內的光纖係數。科學家發現用一束強光照射人體，在不是穴位、經絡的部位，光線最多可透入皮下三十毫米的距離，超過三十毫米，光電探測器就測不到光訊號了。但是，用同樣強度的一束光照射某一穴位，卻可在同一經絡的另一穴位測到光訊號，而這兩個穴位相距達一百毫米。科學家們解釋說，這可能是因為人體的經絡具有光纖的性質，所以它能引導光線彎曲傳送。

福山堂 <http://www.fushantang.com/fst.html>

藏密修行

三密——身口意的秘密

表現生理及心理的身、口、意實涵蓋了密宗和瑜伽術一切修法內容。三密是密宗修行者必須信仰、理解、實踐的基本理論和方法，不熟悉三密就無法進入密宗殿堂。密宗認為人體有很多奧秘和潛能，所以才有“身密”的說法。

修身密的方法，主要有結手印、修氣、脈、明點、拙火等。

結手印就是兩手的手指互相挽成不同形狀。最基本、最簡單的手印是合掌（右手代表佛陀、左手代表眾生，合掌的手印即表示佛陀與眾合成一體）。據密宗說法，手印像天線，人體是收音機，手印可溝通人體和大自然的關係。密宗手印的運用，涉及人體電學、電磁學的奧秘。

念咒是利用一種特殊的音符，震動人體內部的氣脈，使它激發生命潛能，啟發人體潛在功能，開發無上智慧。

意密主要是通過觀想，運用“轉識成智”原理，引發意識潛能，達到超然物外的境界。

長壽秘訣

西藏密宗瑜伽修行，以寧瑪派（Nyingpa, 俗稱紅教）秘傳（大圓滿）為最上乘法門。凡修習此法門有高深成就者，都能獲致兩個顯著

的收獲：一是長壽，身體健康，面如童子；二是臨終有虹化（Rainbow Body）現象，使生命展現凡人無法想象的奇跡。

大圓滿——以攝取太陽光能來修煉身體，瑜伽行者面對太陽方向，凝神靜觀宇宙的明點（Bindu），同時由人體內在能力發出相應的密碼信息，讓太陽光能源源不斷溶入體內，日積月累存藏於人體中。

由於生命的運動，一切生物皆有能量場，人體系統也不例外。通過修行鍛煉（即宇宙能量場的吸收），可使人體生物能量場得到強化，從而增強人體的免疫機能和抗病能力，使身體健康、延遲衰老、增長壽命。

修行者因善於調身、調心、調息。久而久之，呼吸、心跳等相關生理節律，便產生減慢，故能減低消耗能量。使人隨生物能量場的增強，產生自身的生命鐘變慢的效應，而由生命時間的相對延伸，必然導致長壽。

虹化現象

“虹化”是修行甚深的瑜伽行者於甚深禪定中，身體不時發光，形體不斷縮小，由縮小而漸至消失，最後只剩下指甲與毛發；當瑜伽行者的肉身發光縮小時，頭頂上即出現一片紅光繞繞，此稱“虹化現象”。

次一等修行者，當他的肉身發光縮小到一定程度（一般是一、二尺或二、三尺），便不再發光縮小了，而剩下來的身體遺骸，堅硬無比。

為何虹化時身體會發光

因為光只是電磁場的傳播，當我們把物質加熱到高溫時，就會發光，這種現象起源於物質的電結構。在高溫下，物質中帶電粒子特別是電子，進行強烈的快速運動，產生出快速變化的電磁場，於是引起場的傳播，也以光的速度向空中擴散，這就是發射出來的光。

人體本身就是一個發光體，因此自身的生命運動也能產生電磁場（生物能量場）的傳播而發光。

藏密寧瑪派修行者在修持（大圓滿）過程中，不斷地攝取太陽光能，經過多年的累積，體內貯存的能量很多，修行者一旦將體內的太陽光釋放出來，便能使他的身體發光。

虹化後的肉體質量又到那裡去了

按照愛因斯坦的相對論（質能等值原理），當物質具有熱量轉化為能量時，失去的熱量（M）等於由於它轉化的總能量（E）除以光速（C）的平方，即 $E=MC$ 。

無上瑜伽修行者在虹化過程中，肉體的一些質量轉化成光能。由此可知，虹化者的肉體被分解為分子或原子級的質量（蒸發）掉了，最後只剩下肉眼可以見到殘骸。

大圓滿

大圓滿（Dzogchen or the Great Perfection）是指寧瑪派祖師蓮華生（Padma-sambhava）第八世紀印度瑜伽師這一派傳承下來的功

法，是眾生內在心靈本有的“明空豁朗”的內證智慧，亦即自性清淨心，自然光明智，本來便圓具一切。

大圓滿是寧瑪派所傳密法中的精髓，梵名叫阿底瑜伽（Ati Yoga），意即至高無上的瑜伽。

大圓滿心髓法（The Heart Essence of the Great Perfection）分“前行”與“正法”。前者是修身煉氣，攝氣入中脈的準備階段。所以叫“前行”；

“正法”有二種，一種叫澈卻（Khreg Chod or cutting through），意即“立斷”，是修定的，即人體入學的生理煅煉，修行是為保持“前行”所得禪定覺受，不令散亂，不觀想持念不觀心覓心，放任身心，輕鬆自然，如此可達自主生死；臨死時，令肉體逐漸消失、歸空不見，或僅留頭發、指甲，或尸體縮小且不變壞，這就是“即身成就”、“自主生死”的寫照。

另一種叫脫噶（Thogal or cutting through），意即“頓超”，是慧功，坐修以凝視虛空，心不分別，也借助日光明。修煉此法有成就者，可令身體的有機體結構產生質變，化為光明的“虹身”，自由住世。

大手印

“大手印”（Mahamudra or Great Seal）為密宗一切無上的精華，是萬法的自性，即一切眾生的本心體性。大手印的修習方法是“身

寂”（金剛靜坐）、“語寂”（修氣）、“意寂”（氣與意念高度結合）。

大手印的修持可分四個階段：

（一）專一瑜伽——系心一境以修止觀。

（二）離戲瑜伽——即無生瑜伽，離開一切虛妄幻的念頭。

（三）一味瑜伽——保持所悟證的心體使之不迷亂。

（四）無修瑜伽——自然，進入大解脫、大智慧的無礙與自由的境地。

大手印是密宗噶舉派的最高密法，歷代有很多高僧都修此法，如十一世紀的密勒日巴(Milarepa)就修此法。

六成就法

六成就法是迦舉派所傳密法的精要。茲將這六成就法分述如下：

拙火或靈熱——入定時臍下丹田所生的暖熱氣，為修煉氣、脈、明點的精髓，用以獲致空、樂的結果。修習“拙火”有成就者，可以在十分寒冷的氣修裡，穿單薄的衣服，而不被凍餒。

幻身——萬法皆虛幻，只有通過瑜伽的修行才能揭開虛幻的面紗，從而超越幻覺，進入真實不虛的境界。

夢幻——夢醒時能回憶夢中的經歷，長期的觀想，使行瑜伽行者通曉睡與覺醒意識間的微妙界線。以及睡眠姿態的各種不同層次，並能觸及他人意識與精神領域。

光明——指一個完全覺醒的心靈，它是涅槃意識的神秘光輝。人在臨死之際，會暫時經驗著光明（回光反照），而瑜伽行者在達到三摩地（Samadhi）即入定的最高狀態時，亦可體驗到光明。

中陰——原指“兩者之間”，現已用到“死亡與轉生間”的意思。人死後在尚未投胎前的階段。瑜伽行者將人的死亡與出生間描繪出各種現象，並主張臨終人的念頭應該得到正確的指引，以便調整身心，面對死亡，達到臨死不惑的地步，故被稱“死亡之書”。

遷識——一種鍛煉打通頭頂（梵穴）而達到自主生死的方法；更是通過精神互通或感應，而達到神識遷移法。

藏密修行，蘊藏著一股神秘的力量，它的價值可說是世界性的，是無價之寶。

● 出版書籍 -- 十二經脈時間養生法 總論

● 蘇永安博士簡介

蘇博士為美國加州執業針灸醫師，曾任洛杉磯糖尿病中心主治醫師，以針灸治療糖尿病、肝硬化、腎衰竭、腦心衰竭、癌症等疑難重症、急症著稱，並獲提名加州名人榜。歸國後致力提倡針灸醫術，主張中醫為能量醫學，以科學邏輯觀點重新詮釋中醫理論，頗受矚目。

國際針灸專家蘇永安博士，除了臨床專業建樹，20多年前即參透中醫是「能量醫學」之理，並充分應用於臨床上，也是台灣在媒體公開大力提倡中醫能量醫學的先驅者。

中醫能量醫學開啟西方醫學智慧之曙光

隨著量子力學理論的出現，人們對宇宙生命真相的認識，終於打破了物質的迷思。同樣的，西方醫學建立在解剖屍體物質的生理學亦應宣告破產，而賴以建立的細菌病理學以及治療學自亦有修正的必要。畢竟，人不只是一團血肉臭皮囊而已！

物質是能量經過運動而產生，能量波才是物質微粒的基礎，是更精微的生命基礎。研究生命現象如果不了解生物能量，不能確切掌握生物能量運動規律，絕對無法正確認知生命活動。不明生理，遑論病理，更遑論徹底醫治病變之道。

中醫的中心學術思想—陰陽五行學說，正是宇宙生命的能量運動學說，古人稱「天人合一」之學，是研究自然界的綜合能場的週期運動，與人體生物能運動的密切關聯。可以說，中醫學理已充分認知宇宙能的運行，完全調控著生物系統的生長發育。據知，地球上略微高等的動物都有五臟、五官，所謂「麻雀雖小，五臟俱全」，此現象與宇宙陰陽兩種基本能量所作五種運行息息相關，而絕不可能用引力、電磁波、粒子輻射來解釋。

英國著名科學家李約瑟說：「我曾預言，經絡之謎，將由中國人自己揭開，有幸言中，實是余生之幸。」而今，經絡系統之千古之謎，已被中國大陸破譯，**經絡是生物體內隱性感傳線，國際上公認為 LPSC 線，又稱高聲波線。其特性為低阻抗、高電位、高發光，可以用電子攝影術攝得。人體的經絡對聲、光、電、熱（紅外線）和放射性同位素都有特殊反應，是不依賴中樞神經系統和血液循環系統而獨立存在的能量系統。**《黃帝內經》說，五臟有聲，其音各為宮、商、角、徵、羽，聲音相應則無病。佛家亦有用咒音修持生命能量的功法，看來，新近在歐美大行其道的音樂療病法，鼻祖還是中國人。

人體既然是一個與天地相應的小宇宙，是一個複雜的十二經脈、奇經八脈及無數小脈絡錯綜複雜、遍布全身的能量系統，那麼，如何使人體與宇宙溝通，獲得生命能量，通過針灸、氣功、飲食等方法使經絡運轉有序化，充分發揮「行氣血、營陰陽、濡筋骨、利關節」的功用，使人達到健康長壽，不老回春的目的呢？這是中醫的使命，也是二十一世紀科學的重要課題。

筆者不惜揣淺，謹以針灸臨床及研究工作二十年、禪修十年之微薄體驗，為「能量醫學」做開路工作。並提供同樣關心人類健康、關心醫學發展的同道及愛好者，以求拋磚引玉之功。

何謂氣功？

氣功是我國數千年歷史所累積的偉大發明，是一門古老的養生術，也是中華民族特有的強身治病方法，可防病、祛病、延年、養生、長壽，它在我國流傳已有二三千年的歷史。

什麼叫氣功呢？氣功古稱行氣、吐納、坐禪、導引。只要練功者透過正確良好的姿勢、呼吸及意念的訓練，將體內氣息與能量調整、強化到一個地步，初步可以達到強身自我治病的效果，若再經正確指導訓練，甚至可發出特異功能、潛能超能，並開發出般若智慧，成仙成道，此稱為氣功。

根據日本醫學界的研究，透過氣功的修練可以自然提高壽命至少20年以上。練習氣功在發揮人類自身潛能，開發智能資源，提昇增加我們的能量場和免疫力，讓我們的"生命能量場"能夠強化，提昇調整到高度，甚至超高度空間，進而達到強身，自我治病防病功能，進而開發潛能超能，增長智慧，延年益壽，返老還童。

修練氣功就是強化、提昇、調整"生命能量場"，那"生命能量場"又是什麼？科學家提出組成宇宙的三大能量場為：一、超統一場。二、奧拉場。三、以太場（即宇宙媒介物）。根據愛因斯坦的統一場論裏邊有一個非常重要"能量互動論"，此"能量互動論"有5個非常重要原理(1)原理良性能量互動(2)惡性能量互害原理(3)外在良性能量溫室原理(4)外在惡性能量激勵原理(5)能量相對原理。

身心（生命能量場）：佛教教主釋迦牟尼佛發現，多維（度）空間的生靈，一旦因"生命能量場"減弱之後，就會淪入三維（度）空間或是極低度空間，釋迦牟尼佛發現了這種轉世的規律，因生命能量降

低而墮落下來的生命體，按其保存的生命能量大小，以六種方式轉世，此即"六道輪迴"。能量高的可到"高度空間"當天人、天魔、阿修羅，甚至"超高度空間"當佛、菩薩或羅漢，能量低的則到"中度空間"再當人，再低的則淪為"低度空間"當畜牲、餓鬼或下地獄，更低的則到"極低度空間"成為永世不得超生。

古時候，有一些高僧大德的修行可以修到穿牆透壁，也可修到空浮起來或修到一個地步時相貌開始轉變起來，愈修愈好看像佛菩薩之相貌，這就是所謂的"相由心生"，還有很多特異功能像"五眼六通"之產生，像這些現象即因"身心能量場"有真實轉變之故。

氣功科學也就是所謂"人體能量科學"，"能量"它是推動人體生命的基本物質。"人體能量"也就是我們體內那股真氣（元氣）維持生命的那股力量，人體是一個小宇宙，都是由許多互動的能量場所組成，人的生命基本組成元素是"能量場"，"能量場"可分為[生命能場]與[物質能場]，心靈能量大於物質能量，心靈能量是測不出來的，可大到無量無邊。

氣功的產生方法是因為人的心靈高低和能量場強弱有著非常密切的關係，心靈頻率若能超脫時空限制，隨順大自然因果定律，便能與整個大宇宙的能量同頻共振，而使能量大到無量無邊，產生極大"氣功"。

氣功修練不僅要"修心"，還要懂得"養氣"，要有好的練功"心態"，還要有正確的氣功"概念"，糾正錯誤的呼吸方法。[意到氣到，氣隨意行]這基本氣功功理，就是應用到所謂"心念"問題。"脈"是氣的管道，脈若不通塞住了，濁病邪陰氣就排不出去，壞氣出不去，好氣進不來，人體自然就會生病，故要"通脈"，脈通病自然好，身體

健康，凡事就會很順利。

氣功有三種修練的形式：一、"硬氣功"又稱"武術氣功"，它是以"動態"修練為主。係引氣入表皮、肌肉。增加抵抗外來打擊的能力，氣血不易進入內臟，成就有限，這些以動態為主氣功修練方式(動功)較易耗散"生命能量"。人也較易衰老易累。二、"藏密氣功"則是通過控制三脈五輪的氣息流動，使人體地、水、火、風、空五大元素調合，增強大腦子及肌體骨骼功能，治病防病，開發人體潛在能量，進而獲得各種特異功能的一種健身益智之法。三、"丹道氣功"修練方法大都以靜態修練方式為主，用[靜坐]方式培養[內丹]於小腹之丹田中，溫養靈力之後，以之貫道全身氣脈，進而延年益壽，到達天人合一超凡入聖的境界。

人之所以會生病，皆因脈塞住了氣血不通，才會生病，故須"通脈"，把塞住的血脈打通，只要能把塞住的"脈"打通，氣血一通，病自然會不藥而癒。利用"民俗療法"中之針灸或點穴按摩來做醫療，所得到的效果有可能只有短暫性治療"點"而已，沒辦法全身性通脈，若想打通氣脈讓氣血能夠通暢強化，可嘗試修練"氣功"。

在現代量子及高能物理的科學範疇內，發現氣是一種綜合性的複合能量，有其物質性，卻無法分別其內科，用中國的五行學說作說明就會比較清楚，如同佛學中所提到之宇宙物質基礎是地、水、火、風、空，氣的基礎形態就是金、木、水、火、土之聚合變化，與科學上之聲、光、電、磁，或素粒子學說是一樣的。

氣功除了可以養生、長生、療病、修仙之外，還能美容，練氣讓人變得亮麗動人。因為氣是基本的物質能量，當我們在練氣的時候，身體的基礎能量就會質變，從停滯的狀況，邁向較高功率的運轉，身

體的十大系統之循環及代謝自然提高，體內的質能變動後，原來帶有霉運陰氣，或氣色極差，臉黃乾澀的身體就轉換成氣色飽滿，光輝燦爛的狀況，運氣自然就改變，妖氣陰氣自然就不附身，自然就青春美麗，臉部不用刻意保養便亮麗動人。

氣境禪觀，性命雙修的觀念。氣與禪無甚分別，氣和禪的道理一樣，明心見性，修行的方法與禪一樣，重「平常心」和放下識見，多用功在身體力行，意念上應無所往，自然而生其心，則心氣相通，陰陽合道，練氣與修禪一樣要下功夫，沒有簡單而快速的氣功，而在於修行法門的不同。

禪是一種境界，無法用言語解釋，必須透過鍛練，進入那個境界，才能了解什麼是禪。禪法的鍛練從坐禪開始，坐是定的意思，也就是先讓自己進入一種高度穩定的狀態，不為外相所牽連，有這種力量就可以慢慢進入禪的境界。外離相是為禪，內不亂是為定。「禪」是指有通透的智慧，有高度的覺悟能力，「定」是指身體裡有強大的凝聚力，強到能夠產生身心相應，天人合一的生命磁場，讓身心靈能夠完全聚合，使五毒五蘊全都不見。有禪定的功夫，生命就可以完全自由，完全解放。

菩提達摩是中國禪宗初祖，他把印度禪宗結合中國玄學而成為中國禪學，菩提達摩之能以百歲之齡，融合中印文化而創中國禪宗，主要是有瑜珈的修行，瑜珈分術和理之雙修法門，術者包括今天見到的肢體扭曲伸展法、放鬆法、靜坐法、超覺靜坐等反省守住法門，菩提達摩在看到少林僧人枯坐昏沈後，便得了易筋經和心意拳，以矯正之，使學佛者能心氣相通，意暢其流達到性命雙修的最高法門。

若要學禪須在禪裡下功夫。心性的修為不等於認知上的認知，而

是身心協調後，覺天人合一之道，從心氣上的運達，進入自抖落塵埃，心性自現，無自無他，自力漸生，神通自現，悟性自如泉湧，練氣總在知、念和觀想上下功夫，而這卻是修行中最大的魔障。

希望藉由這次課程的學習，讓同學能對這一們養生術有所認識，並能正確地學習它。

輔仁大學薪傳社 <http://stmail.fju.edu.tw/~b8620202/index.html>

心經

＋色不異空＋

【註釋】色，凡一切有形體的，色身。不，沒有。異，不同於。空，無形的真如，心空。

【翻譯】凡一切有形體的物質，並沒有不同於無形體的能量，而精神就是一種無形的磁場，所以色身並沒有離心空的範圍。

＋空不異色＋

【註釋】色，凡一切無形體的磁場，心空。不，沒有。異，不同於。色，有形的物質，色身。

【翻譯】無形的空能與有形的物質其實是並存的，只因站在人類的角度，不容易感覺出來而已！

＋色即是空. 空即是色. 受想行識. 亦復如是＋

【註釋】色，五根 五塵 法處所攝色（意識所緣之相分）。即是，就是。空，無形的、心空。受，感受。想，思想。行，行為。識，有分別性的八識。亦復如是，也是一樣的如此。換言之，色指物質現像。受、想、行識，指精神現像。

【翻譯】身體其實就是由性空所產生的。心空就是產生身體的總源，就是連我們的神經系或是腦波的作用，以及一切行為的動力，或是眼、耳、鼻、舌、身、意、末那、阿賴耶等八識，也都是由心空所變化而來。

佛家氣功 <http://www.33653365.idv.tw/>